

Tamales

Ricos, dulces y salados

**Dobles para
formar tamales
con hojas de maíz**



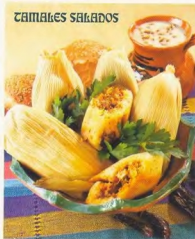
Saborea y disfruta de los más...

CLÁSICOS



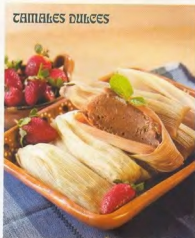
- 1 Editorial
- 2 Contenido
- 3 El verdadero significado del tamal en el día de la Candelaria
- 4 Masa colada
- 5 La clase del chef: dobleces para formar tamales con hoja de maíz

TAMALES SALADOS



- 6 Cerdo con chile costeño
- 7 Cerdo con chile guajillo
- 8 Tamales costeños
- 9 Chorizo con flor de calabaza
- 10 Tamales de tres carnes
- 11 Frijol con plátano
- 12 Picadillo dulce
- 13 Pollo con mole
- 14 Pollo en salsa de morita
- 15 Pollo en salsa verde
- 18 Salsa roja con pollo
- 19 Salsa verde con queso panela
- 20 A propósito de tamales (cuento)

TAMALES DULCES



- 21 Betabel con zanahoria
- 22 Canarios con crema pastelera de chocolate
- 23 Tamales de cereza
- 24 Tamales de cocada
- 25 Tamales de fresas
- 26 Tamales de naranja
- 27 Marmoleados de chocolate y vainilla
- 28 Piloncillo con queso
- 29 Piña con pasas
- 30 Rellenos de tejocote

TAMALES CON MASA DE BARRINA DE ARROZ



- 31 Masa de harina de arroz para tamales
- 31 Frutos secos con jerez
- 32 Tamales de carne dulce

- 32 Directorio

* *El verdadero significado del tamal en el día de la Candelaria* *

Aunque no lo recuerdes, la Navidad aún no termina, ya que todavía falta celebrar el próximo dos de febrero, el día de la Candelaria. Muchos recuerdan este día como el encuentro con la familia y amigos para cobrarse los tamales que deben después de partir la rosca. Aquí te presentamos dos novedades.

Primero, las versiones sobre qué significa este día, y una muy buena opción para que disfrutes una gran Feria del tamal, que tiene lugar cada año en Coyoacán.

Aunque muchas personas acuden felices a pedir su comida, pocos saben a qué se debe la fiesta; pues resulta que es el dos de febrero cuando se cumplen 40 días del nacimiento del Niño Jesús. Según la Biblia, fue a los 40 días de nacido cuando Jesús fue presentado por sus padres en el Templo, este tiempo se dejó correr porque fue el necesario para que la Virgen María se purificara. La versión histórica indica que en el pasado había una fiesta que se dedicaba a la diosa de la agricultura, Demeter, a quien se le rendía culto y se le llevaban a bendecir las semillas. En este rito se utilizaban velas para despedir los fríos y despertar la tierra, de ahí el nombre de Candelaria, por las candelas que simbolizaban la luz y alejaban las tormentas, el mal y los temblores.

Las dos costumbres se mantienen hasta la fecha, aunque muchos ya quitaron el árbol de Navidad, hay quienes siguen el rito de levantar todo hasta este día, que es cuando el niño Jesús salió al templo en brazos de sus padres. Por eso es en esta fecha cuando se levanta el nacimiento y se visten las



imágenes del Niño Jesús con el ánimo de bendecirlas.

La otra parte del ritual aún la siguen comunidades indígenas de México, donde los agricultores llevan sus mazorcas, sus semillas y sus velas a recibir la bendición en la iglesia.

La nueva "modalidad" de este festejo incluye el pago de haber encontrado a un "niño" en la Rosca de Reyes. La lógica de esto es que aquel que haya encontrado la figura del Niño Jesús debe ser su padrino el día de la Candelaria, el día de su bendición, y por tanto debe dar a los invitados un tamal y un atole, sin olvidar el vestido de la imagen que se venera en el hogar. Con tanta explicación, es justo que sepas que para esta última modalidad los mexicanos estamos muy preparados, y si no lo crees, sólo te pedimos que te des una vuelta por Coyoacán, para conocer la Feria del tamal y la exposición **El tamal le dijo a la olla...la fiesta del tamal.**

Venezuela, Argentina, Nicaragua, El Salvador, Colombia y diversos estados de la República Mexicana como Oaxaca, Veracruz, Hidalgo, Monterrey y Chiapas, compartirán sus recetas con los visitantes que acudan para incrementar su cultura alimenticia sobre el maíz. *

Masa colada



Ingredientes:

- 1 kg de maíz cacahuazintle
- 2 litros de agua
- ½ litro de caldo (donde se cueza la carne que utilices)
- 250 gr de manteca
- Sal, la necesaria



Notas:

Este maíz no necesita cal al momento de cocerse, porque es más tierno que el nixtamal normal. Todos los tamales salados, están hechos con este tipo de masa.



Manera de preparar:

1. Pon a cocer el maíz durante una hora a partir de que suelte el primer hervor; retíralo del fuego.
2. Una vez que esté frío, déjalo escurrir durante dos horas aproximadamente.
3. Muele el maíz en la licuadora, en pequeñas porciones; ya pulverizado, pásalo por un colador de rejilla gruesa para quitarle las cascarillas.
4. Ya cernido, pon la harina en una cazuela con el caldo. Bátelo como si fuera un atole y déjalo reposar media hora más o menos.
5. Cuece a fuego lento, moviendo constantemente con una cuchara de madera para que no se pegue.
6. En el momento que empiece a hervir, agrega la manteca y rectifica el sabor, sazónalo con sal si es necesario.
7. Sigue moviendo hasta formar una masa espesa.
8. Retira del fuego y deja enfriar.



Dobleces para formar tamales con hojas de maíz

Dobleces No. 1

1. Con una cuchara, unta la masa para tamal sobre la hoja de maíz, procura que quede extendida y cubriendo toda la hoja.



2. Coloca el relleno en el centro y empieza a doblar, uniendo por lo largo las dos orillas de la hoja de maíz y haciéndole un doblez pequeño por toda la orilla, hasta que esté bien integrado el tamal.



3. Una vez que hayas terminado de doblar la hoja a lo largo, dobla en donde se acaba la masa, pasando la orilla más delgada por la parte de atrás, y el tamal quedará listo para acomodarse en la vaporera.



Dobleces No. 2

1. Repite los pasos 1 y 2 del doblez anterior.



2. Ahora, con las dos manos, recorre la masa del tamal y el relleno hacia el centro y amarra ambas puntas con hilo cáñamo o con tiras de la misma hoja de maíz.



Dobleces No. 3

1. Repite los pasos 1 y 2 del primer doblez.



2. Cuando termines de doblar la hoja a lo largo, tuerce hacia fuera la punta más delgada de la hoja, y ésta a su vez dóblala hacia atrás para formar el tamal, que quedará listo para acomodarlo en la vaporera.



Tamales de cerdo con chile costeño

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 50 gr de chile costeño
- Agua, la suficiente
- 3 jitomates
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 4 pimientas
- ½ cucharadita de cominos
- 1 cucharada de consomé en polvo
- ½ taza de aceite
- 1 kg de costillita de cerdo



Manera de preparar:

1. Tuesta los chiles en un comal, ponlos a remojar en agua caliente durante diez minutos, muélelos con el jitomate, la cebolla, el ajo, la pimienta, el comino y el consomé.
2. Cuela la salsa y en una cacerola con aceite caliente, friela hasta que se sazone.
3. Retira del fuego ya que esté un poco espesa.
4. En cada una de las hojas de maíz, extiende una porción de masa para tamales.
5. En el centro coloca un pedazo de carne de cerdo en crudo y una cucharada de salsa.
6. Cierra las hojas amarrándolas por ambos lados, como se muestra en la página 5, en forma de caramelo (doblez no. 2).
7. Acomoda los tamales en una vaporera y cuécelos a fuego alto durante hora y media. Retíralos del fuego y déjalos reposar un poco antes de destapar el recipiente.



Tamales de cerdo con chile guajillo

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1 kg de carne de cerdo maciza
- Agua, la necesaria
- Sal al gusto
- 50 gr de chile guajillo
- 3 jitomates maduros
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 4 pimientas
- ½ taza de aceite



Manera de preparar:

1. Cuece la carne de cerdo en suficiente agua y sal al gusto.
2. Cuando esté cocida, retira del fuego y sácala del caldo para deshebrarla. Reserva.
3. Desvena los chiles guajillo y lávalos al chorro de agua, tuéstalos en un comal y remójalos en el caldo caliente durante 10 minutos. Pasado este tiempo muele con todos los ingredientes menos el aceite.
4. Cuela la salsa para separar la cascarrilla.
5. Calienta el aceite en una cacerola y fríe la salsa; rectifica la sal.
6. Retira del fuego una vez que esté sazónada, agrega la carne deshebrada y deja que espese un poco el guiso.
7. A cada hoja de tamal extiéndele un poco de masa preparada para tamales, en el centro coloca una cucharada del relleno y cierra las hojas como se indica en la página 5 (doblez no. 2).
8. Acomódalos en una vaporera, déjalos cocer durante hora y media; retira del fuego y déjalos reposar antes de servir.



Tamales costeños



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- ½ kg de pechuga de pollo
- ½ kg de carne de cerdo
- 1 litro de agua
- Sal al gusto
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 4 pimientas
- ½ kg de jitomate
- 1 pizca de cominos
- 4 chiles anchos, tostados
- 4 chiles pasilla, tostados
- Agua, la necesaria
- ½ taza de aceite



Manera de preparar:

1. Cuece la pechuga y la carne de cerdo con el agua, sal, ajo y cebolla.
2. Ya cocidas las carnes, retíralas del caldo y deshéalas.
3. Los demás ingredientes, excepto el aceite, muélelos con el caldo en donde se cocieron las carnes y cuela para separar las semillas y la cascarilla.
4. Calienta el aceite en una cacerola y fríe la salsa, una vez sazónada, agrégale las carnes deshebradas y deja que espese un poco. Reserva.
5. En cada una de las hojas extiende un poco de la masa preparada, en el centro ponles una cucharada del guiso que reservaste, cierra los tamales como se indica en la página 5 (dóblez no. 1).
6. Acomódalos en una vaporera y déjalos cocer durante hora y media aproximadamente; deja reposar un poco antes de servir, sin destapar el recipiente.



Tamales de chorizo con flor de calabaza



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- ½ kg de chorizo
- 1 cebolla
- 3 chiles poblanos
- 2 manojos de flor de calabaza
- 2 jitomates picados
- Sal al gusto



Manera de preparar:

1. En una cazuela fríe el chorizo en pedazos pequeños, cuando haya soltado la grasa, agrega la cebolla finamente picada y los chiles poblanos picados.
2. Ya acitronada la mezcla, agrega la flor de calabaza y el jitomate finamente picado, rectifica la sal.
3. Cuando se haya cocido el relleno, retira del fuego y reserva.
4. Extiende sobre cada una de las hojas de maíz para tamales, totalmente limpias, una porción de masa preparada y en el centro agrega una porción del guiso.
5. Dobra la hoja para cerrar el tamal, como se indica en la página 5; acomódalos en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media.
6. Retira del fuego y deja reposar un rato antes de servir.



Tamales de tres carnes

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 250 gr de pechuga de pollo
- 250 gr de carne cerdo
- 250 gr de carne de res
- Agua, la necesaria
- Sal al gusto
- 5 chiles guajillo tostados
- ½ kg de jitomate cocido
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 4 pimientas machacadas
- 1/2 taza de aceite
- 50 gr de pasitas
- 50 gr de almendras
- 50 gr de aceitunas



Manera de preparar:

1. Cuece las carnes por separado con suficiente agua y sal.
2. En la licuadora, muele los chiles (previamente remojados en agua caliente) con un poco de caldo de las carnes, los jitomates, la cebolla, los dientes de ajo y la pimienta.
3. Calienta el aceite en una cacerola y fríe la salsa previamente colada. Ya sazonada, agrega las carnes molidas en la licuadora e integra las pasitas, las almendras y las aceitunas finamente picadas.
4. Deja hervir un rato más hasta que se espese un poco y retira del fuego. Reserva.
5. En cada hoja de maíz extiende una porción de masa preparada para tamales, en el centro coloca una cucharada del relleno y cierra las hojas como se indica en la página 5 (doblez no. 3).
6. Acomódalos en una vaporera y cuécelos durante hora y media. Déjalos reposar un poco antes de servirlos.



Tamales de frijol con plátano



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- Aceite, el necesario
- 1 cebolla
- 1/2 kg de frijoles cocidos
- 1 lata de chiles chipotle
- 3 plátanos machos fritos



Manera de preparar:

1. Calienta un poco de aceite en una cacerola, fríe la cebolla cortada en pequeños pedazos; cuando tome un color dorado, retira del fuego.
2. Muele la cebolla frita junto con los frijoles y los chiles chipotle.
3. En otro poco de aceite fríe todo junto y deja que se seque hasta formar una pasta homogénea.
4. En cada una de las hojas de maíz extiende una porción de masa para tamales, en el centro coloca un poquito de frijoles y un pedazo de plátano frito.
5. Cierra las hojas como se muestra en la página 5; acomódalos en una vaporera.
6. Ponlos a cocer durante hora y media. Retira del fuego y deja reposar un poco antes de servir.



Tamales de picadillo dulce



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1/2 taza de aceite
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 250 gr de carne de cerdo molida
- 100 gr de pasas
- 2 manzanas
- 2 zanahorias
- 2 chiles poblanos
- 1 taza de chicharos
- 2 cucharadas de piloncillo rallado
- 1 cucharada de consomé en polvo

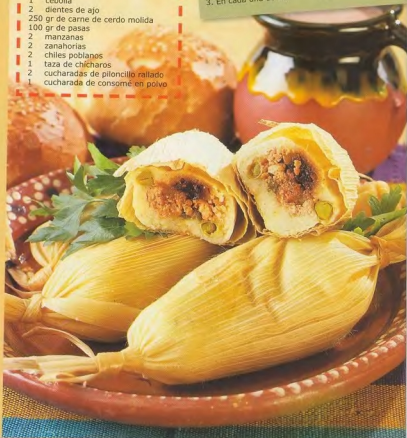


Manera de preparar:

1. Acitrona en aceite caliente la cebolla y el ajo, una vez acitronados agrega la carne y el resto de los ingredientes finamente picados.
2. Sigue cociendo a fuego lento, mueve de vez en cuando y tapa la cacerola para que los sabores se mezclen.
3. En cada una de las

hojas de maíz coloca una porción de masa, en el centro pon un poco del picadillo y dobla las hojas como se menciona en la página 5 (doblez no. 2).

4. Acomódalos en una vaporera y déjalos cocer durante hora y media.
5. Retira del fuego y déjlos reposar un poco antes de servir.



Tamales de pollo con mole



Manera de preparar:

1. Calienta el aceite en una cacerola, dora las tortillas y en el aceite restante fríe las rodajas de plátano.
2. Remoja las tortillas doradas en el caldo, durante unos 10 minutos.
3. Cuando estén blanditas, muélelas en la licuadora junto con el caldo y los plátanos.
4. En una cacerola fríe el mole con otro poco de aceite, agrega los ingredientes que moliste y mueve constantemente para evitar que se pegue en el fondo.
5. Cuando sueste el

- hervor agrega la tabilla de chocolate.
6. Retira del fuego cuando haya espesado lo suficiente y reserva.
7. Sobre cada hoja de maíz extiende un poco de masa, en el centro coloca un poco de pechuga deshebrada y una cucharada de mole.
8. Dobra las hojas para formar los tamales como se muestra en la página 5 y acomódalos en una vaporera.
9. Déjalos cocer durante hora y media. Retira del fuego y déjalos reposar antes de servir.

Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1/2 taza de aceite
- 2 tortillas doradas
- 1 plátano macho maduro cortado en rodajas
- Caldo de pollo, el suficiente
- 1/2 kg de mole preparado en polvo
- 1 tabilla de chocolate
- 1 kg de pechuga de pollo, cocida y deshebrada



Tamales de pollo en salsa de morita



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1 kg de pechuga de pollo
- Agua, la suficiente
- Sal al gusto
- 50 gr de chile morita
- 2 jitomates maduros
- 2 tomates verdes
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 4 pimientas gordas
- 1 rama de cilantro
- ½ taza de aceite



Manera de preparar:

1. Cuece la pechuga de pollo en suficiente agua y sal.
2. Cuando esté cocida, retira del fuego, sácala del caldo y deshébrala. Reserva.
3. Lava los chiles morita al chorro del agua, tuéstalos en un comal y hiérvelos durante 10 minutos en el caldo donde se coció la pechuga.
4. Muele con el resto de los ingredientes excepto el aceite, y pasa la salsa molida por un colador.
5. Calienta el aceite en una cacerola, fríe la salsa colada, añade el pollo deshebrado y retira del fuego cuando esté sazonada y un poco espesa. Reserva.
6. En cada hoja de tamal extiende una porción de masa preparada, en el centro ponte una cucharada del relleno que reservaste.
7. Dobla las hojas para formar los tamales como se indica en la página 5; acomódalos en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media.
8. Déjalos reposar un poco antes de servir.



Tamales de pollo en salsa verde



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa salada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1/2 kg de tomates cocidos
- 1/2 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 3 pimientos
- 25 gr de chiles de árbol
- 1 rama de cilantro
- 1 cucharada de consomé en polvo
- 1 kg de pechuga de pollo, cocida y deshebrada
- 1/4 taza de aceite



Manera de preparar:

1. Muele todos los ingredientes del relleno para formar una salsa espesa, excepto el pollo y el aceite.
2. En una cacerola, calienta un poco de aceite y fríe la salsa; sazónala con el consomé en polvo y retira del fuego. Reserva.
3. En cada hoja de maíz extiende una porción de masa para tamales, en el centro coloca un poco de pechuga deshebrada y una
4. cucharada de salsa.
5. Cierra las hojas como se indica en la página 5, procurando cerrar perfectamente para que el relleno no se salga al momento de cocerse.
6. Acomoda los tamales en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media a partir de que suelte el primer hervor.
7. Retira del fuego y deja reposar antes de servir.



Tamales de salsa roja con pollo



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1 kg de pechuga de pollo
- 1 litro de agua
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 1 cucharada de consomé en polvo
- 1 kg de jitomate
- 1 lata de chile chipotle
- Aceite, el necesario



Manera de preparar:

1. Pon a cocer la pechuga de pollo con el agua, la cebolla, los dientes de ajo y la cucharada de consomé en polvo. Ya cocida retira del caldo y deshebra. Reserva.
2. Muele el jitomate con el caldo y el chile chipotle; pasa por un colador para quitar las semillas.
3. Calienta el aceite en una cacerola, fríe la salsa y mantén a fuego bajo hasta que espese, integra la pechuga deshebrada y una vez que esté bien cocida, retira del fuego y reserva.
4. En cada hoja de maíz, extiende una porción de masa para tamales, en el centro coloca una porción del relleno que reservaste.
5. Cierra las hojas siguiendo los pasos que indican en la página 5.
6. Acomoda los tamales en una vaporera y cuece durante hora y media; retira del fuego y déjalos reposar antes de servir.



Tamales de salsa verde con queso panela



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa colada para tamales (ver pág. 4)
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- 1 kg de tomates cocidos
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 3 pimientos
- 10 chiles verdes
- ½ cucharada de pimienta molida
- 1 cucharada de consomé en polvo
- Aceite, el necesario
- 750 gr de queso panela



Manera de preparar:

1. Muele todos los ingredientes del relleno, menos el aceite y el queso para formar una salsa espesa.
2. En una cacerola calienta el aceite, fríe la salsa, sazonando con el consomé en polvo y retira del fuego.
3. En cada hoja de maíz, extiende una porción de

masa, en el centro ponle un trozo de queso y una cucharada de salsa verde, cierra las hojas de maíz como se indica en la página 5 (doblez no. 3).

4. Acomódalos en una vaporera y déjalos cocer durante hora y media; retíralos del fuego y déjalos reposar antes de servirlos.



Tamales de betabel con zanahoria



Ingredientes:

- 250 gr de mantequilla o manteca
- 1 kilo de harina para tamales
- ½ taza de crema
- 1 taza de azúcar
- ½ pizca de carbonato
- 3 zanahorias finamente molidas en crudo
- 2 rebanadas de piña
- 1 betabel crudo, finamente molido
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 20 hojas de maíz remojadas



Manera de preparar:

1. En un tazón, acrema la mantequilla hasta que esponje, agrega la harina para tamales sin dejar de batir; incorpora la crema, el azúcar y la pizca de carbonato hasta formar una pasta suave.
2. Separa la pasta (o masa) en dos recipientes.
3. A una porción agrégle la zanahoria molida con una rebanada de piña, sigue batiendo hasta incorporar; rectifica el dulce.
4. A la otra porción añádele el betabel molido con la otra rebanada de piña, bate perfectamente y también rectifica el dulce.
5. A cada hoja de maíz ponle una porción de cada una de las masas, cierra las hojas como se indica en la página 5 (doblez no. 1).
6. Acomódalos en una vaporera y ponlos al fuego durante hora y media; déjalos reposar antes de servir.



Tamales canarios con crema pastelera de chocolate



Ingredientes:

Para los tamales:

- 350 gr de mantequilla
- 8 yemas
- 1 lata de leche condensada
- 1 taza de leche de vaca
- 500 gr de harina de arroz
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 litro de crema pastelera de chocolate
- 10 hojas de maíz remojadas

Para la crema pastelera de chocolate:

- 1 litro de leche
- 2 tablillas de chocolate
- 1/2 taza de azúcar
- 2 yemas de huevo
- 1 raja de canela
- 3 cucharadas de fécula de maíz (60 gr)



Manera de preparar:

La crema de chocolate:

1. Pon al fuego la leche junto con las tablillas de chocolate, cuando suelte el primer hervor, retira del fuego.
2. Deja enfriar unos 15 minutos, pasado este tiempo, bate con los demás ingredientes.
3. Regresa al fuego sin dejar de mover con una cuchara de madera, para que no se pegue.
4. Cuando haya espesado retira del fuego y reserva.

Pasos finales:

1. Acrema la mantequilla, cuando haya doblado su volumen, sin dejar de batir, agrega las yemas de huevo, las leches, la harina de arroz y el polvo para hornear.
2. En cada hoja de maíz extiende una porción de masa, puedes extenderla con la cuchara si la sirves.
3. En el centro pon una porción de crema pastelera de chocolate, acomoda las hojas de manera envolvente para cerrar el tamal.
4. Acomoda los tamales en una vaporera y déjalos cocer durante hora y media. Pasado tiempo, retira del fuego y déjalos reposar un poco antes de servir.



Tamales de cereza



Ingredientes:

- 300 gr de manteca
- 1 kg de harina para tamales
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 frasco de mermelada de cereza
- 100 gr de cerezas molidas
- ½ taza de leche
- 20 hojas de maíz para tamales



Manera de preparar:

1. Bate la manteca hasta que esponje, incorpora la harina para tamales, el polvo para hornear, la mermelada de cereza y las cerezas molidas junto con la leche.
2. Sigue batiendo hasta que los ingredientes se integren bien.
3. En cada hoja de maíz coloca una porción de esta masa, dobla las hojas como se indica en la página 5 (doblez no. 1).
4. Acomódalos en forma vertical en la vaporera; cuece durante hora y media.
5. Retira del fuego y déjalos reposar antes de servir.



Tamales de cocada



Ingredientes:

- 1 kg de harina para tamales
- 150 gr de manteca
- 150 gr de migajas de chicharrón
- 1 piloncillo rallado
- 1 cucharada de canela
- 1 taza de agua de coco
- 5 cocadas de leche para el relleno



Manera de preparar:

1. Mezcla en un tazón la harina para tamales, la manteca, las migajas de chicharrón trituras en la licuadora, el piloncillo, la canela molida y la taza de agua de coco.
2. Amasa muy bien todos los ingredientes hasta obtener una masa fácil de manejar.
3. Toma una pequeña porción para hacer una bolita y en el centro ponle un poco de cocada de leche.
4. Acomoda la bolita en la hoja, junta las dos puntas y amárralas con una tirita de la misma hoja. Ver página 5, doblez no. 2.
5. Acomoda los tamales en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media. Retíralos del fuego y déjalos reposar un poco antes de servirlos.



Nota:

En algunas partes del Estado de Veracruz a estos tamales les llama "cabeza de perro".

Tamales de fresas



Ingredientes:

- 250 gr de mantequilla o manteca
- 1 kg de harina para tamales
- ½ taza de crema
- ½ kg de fresas
- ½ taza de azúcar
- 1 pizca de sal
- 20 hojas de maíz remojadas



Manera de preparar:

1. En un tazón, acrema la mantequilla hasta que esponje, agrega la harina para tamales sin dejar de batir hasta formar una pasta suave.
2. Añade la crema y las fresas machacadas. Rectifica el azúcar y por último agrega la pizca de sal para fijar el sabor de las fresas. Reserva.
3. En cada hoja de maíz coloca una porción de la pasta, dobla las hojas de maíz, como se indica en la página 5, para formar los tamales.
4. Acomódalos en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media. Retira del fuego y deja reposar antes de servir.



Tip:

Si deseas, puedes agregar pasitas u otras frutas deshidratadas, después de haber integrado la pizca de sal.



Tamales de naranja



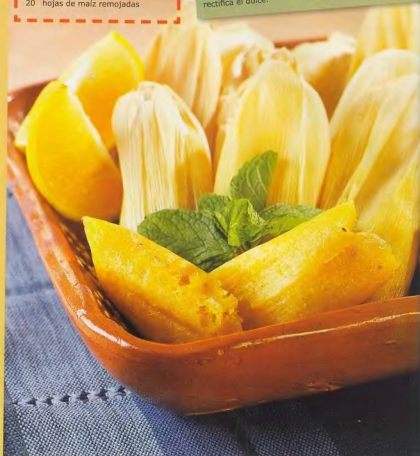
Ingredientes:

- 300 gr de manteca
- 1 kilo de harina para tamales
- 2 tazas de jugo de naranja
- 1 cucharada de polvo para hornear
- La ralladura de media naranja
- 1 taza de azúcar
- 20 hojas de maíz remojadas



Manera de preparar:

1. Bate la manteca hasta que esponje, agrega la harina para tamales alternando con el jugo de naranja, el polvo para hornear, la ralladura de naranja y el azúcar.
2. Sigue batiendo hasta que los ingredientes queden bien integrados, rectifica el dulce.
3. En cada hoja de maíz pon una porción de la mezcla anterior, dobla las hojas como se indica en la página 5 (doble no. 1).
4. Colócalos en forma vertical en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media; retira del fuego y deja reposar antes de servir.



Tamales marmoleados de chocolate y vainilla

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

- 250 gr de mantequilla
- 1 kg de harina para tamales
- ½ taza de crema
- 1 taza de azúcar
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 10 gotas de vainilla
- 2 tabillitas de chocolate
- 20 hojas de maíz remojadas



Manera de preparar:

1. En un tazón, acrema la mantequilla hasta que esponje, agrega la harina para tamales y la crema; integra el azúcar y la cucharadita de polvo para hornear, sigue batiendo hasta formar una pasta suave.
2. Separa la masa en dos porciones: a la primera añádele la vainilla y sigue batiendo hasta que se incorpore perfectamente.
3. A la segunda agrégale el chocolate fundido, incorporándolo bien. Reserva ambas mezclas.
4. En cada hoja de maíz coloca una porción de masa de vainilla y una de chocolate.
5. Dobla las hojas como se indica en la página 26.
- 5; acomoda los tamales en una vaporera.
6. Cuécelos durante hora y media. Retira del fuego y déjalos reposar antes de servir.



Tamales de piloncillo con queso

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

- 1 kilo de harina para tamales
- 300 gr de manteca
- 1 piloncillo rallado
- 1 cucharada de canela molida
- 1 taza de té de hojas de naranjo
- 750 gr de queso panela
- 20 hojas de maíz remojadas



Manera de preparar:

1. En un tazón mezcla la harina para tamales, la manteca, el piloncillo, la canela y el té de hojas de naranjo.
2. Amasa para que se integren los ingredientes hasta que se forme una masa suave y fácil de trabajar.
3. Sobre cada una de las hojas de maíz extiende una porción delgada de la masa, en el centro coloca una barra de queso y enrolla la masa para que el queso quede en el centro.
4. Cierra las hojas como se indica en la página 5; acomoda los tamales en una vaporera y cuécelos durante hora y media.
5. Retira del fuego y deja reposar antes de servirlos.



Tamales de piña con pasas

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Manera de preparar:

1. Bate la manteca hasta que esponje, agrega la harina para tamales, el polvo para hornear, la piña molida, el azúcar y las pasitas machacadas. Sigue batiendo hasta que se incorporen todos los ingredientes.
2. A cada hoja de maíz, ponle una porción de masa y dóbla como se indica en la página 5.
3. Acomodá los tamales en una vaporera y cuécelos durante hora y media; retíralos del fuego y déjalos reposar antes de servir.

Ingredientes:

- 300 gr de manteca
- 1 kg de harina para tamales
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 2 tazas de piña molida
- 1 taza de azúcar
- 100 gr de pasitas
- 20 hojas de maíz remojadas



Tamales de frutos secos con jerez

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa de harina de arroz para tamales
- 20 hojas de maíz para tamales

Para el relleno:

- 50 gr de pasitas
- 50 gr de nueces
- 50 gr de manzana deshidratada
- 50 gr de orejones de durazno
- 50 gr de dátiles
- 50 gr de almendras peladas
- 1 cucharadita de canela molida
- 1 taza de puré de manzana
- 1 taza de jerez



Manera de preparar:

1. Pica finamente los primeros 6 ingredientes.
2. Colócalos en un tazón agregando el resto de los ingredientes, mézclalos perfectamente para que se integren los sabores.
3. Deja reposar durante dos horas.
4. En cada hoja de maíz, extiende un poco de la masa de harina de arroz, en el centro coloca una porción del relleno y dobla las hojas de maíz como se indica en la página 5.
5. Acomódalos en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media. Retíralos del fuego y déjalos reposar antes de servirlos.

Masa de harina de arroz para tamales

Rinde: 20 porciones
Dificultad: Fácil

Ingredientes:

- 200 gr de mantequilla
- ½ litro de leche
- ½ taza de azúcar
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1 kg de harina de arroz

Manera de preparar:

1. Funde la mantequilla en un recipiente extendido.
2. Retira del fuego y agrega el resto de los ingredientes, deja reposar durante media hora para que se hidrate la harina de arroz.
3. Cuece la mezcla a fuego lento sin dejar de mover, con una cuchara de madera para que no se hagan grumos.
4. Retira del fuego cuando se haya formado una masa flexible.
5. Deja enfriar para hacer los tamales.



Tamales con masa de harina de arroz

Editor: Vicente García Hernández
Fotografía: Alejandro Vera Acho e Isabel Martínez
Diseño: Lillán Ramírez Muñoz
Colaboradora: Ángela Moreno Moreno
Corrección de estilo: Martha E. Macías Lupercio
Asistente de corrección: A. Ruth Santos Hernández

 **Radar Editores, S.A. de C.V.**

Presidente y Director general: Carlos Flores Muñoz
Gerente general y Editor responsable: Germán Flores Trujillo
Director administrativo: Carlos Flores Suárez
Administración: Emmanuel Sánchez Becerra
Gerente de producción: Jorge Pérez Mendoza
Mercadotecnia: Antonio Alfaro Palillo
Circulación: Graciela Ramírez Fonseca
Oficinas: Salvador Díaz Mirón No. 154, Col. Santa María La Ribera. C.P. 06400
Tel.: 85-89-95-70 al 76

Fotomecánica: Ediciones y Recursos Tecnológicos, S.A. de C.V. Tel.: 55-47-12-83
Impresión: Editorial Mina, S.A. de C.V., Tokio No. 424 Col. Portales C.P. 03300, México, D. F. Tel.: 30-95-37-36 Fax: 30-95-37-72
No. de expediente de licitud de título y contenido: 1/432/03/16366
Certificado de licitud de título: 12586
Certificado de licitud de contenido: 10158
No. de reserva de derechos al uso exclusivo: 04-2001-110617233800-102

Distribución D.F. y zona conurbada: Unión de Expendedores y Vendedores de Periódicos de México, A.C., Guerrero No. 50, Col. Guerrero, C.P. 06350, Tels.: 55-91-10-00 y 55-91-13-01.
Por medio del Despacho Everardo Flores y Hnos. Serapio Rendón No. 87, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D.F.

Distribución foránea: CODIPLRYSA, Serapio Rendón No. 87, Planta Alta, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D.F.
Distribución locales cerrados: DIMSA, Mariano Escobedo No. 218, Col. Anáhuac, Del. Miguel Hidalgo, C.P. 11320, México, D. F.
Distribución en el extranjero: CODIPLRYSA, Serapio Rendón No. 87, Planta Alta, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D.F.

La revista **Tamales** investiga sobre la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza del contenido de los anuncios ni de las ofertas realizadas por los mismos. Ello es responsabilidad de los autores.

Ventas de publicidad

Bruno Lombardo B.
85-89-95-70 al 76 ext. 224 y 225
Correo electrónico:
publicidad@radareditores.com

Ventas y atención a clientes

Alejandra César Garduño
85-89-95-78 y 79
Llama sin costo: 01-800-8135005
y 01-800-8135008
Correo electrónico:
atencionclientes@radareditores.com

Tamales de carne dulce

Rinde: 20 tamales
Dificultad: fácil



Ingredientes:

Para los tamales:

- 1 kg de masa de harina de arroz para tamales
- 20 hojas de maíz remojadas

Para el relleno:

- Aceite, el necesario
- 1 cebolla finamente picada
- finamente
- 2 dientes de ajo
- finamente picados
- Jitomate
- 1 chile ancho tostado
- 3 pimientas molidas
- 1 cucharadita de azúcar
- 1/2 cucharadita de sal
- 100 gr de pasitas
- 1 taza de caldo
- 1 pechuga de pollo cocida



Manera de preparar:

1. Calienta en una cacerola el aceite, fríe la cebolla y el ajo, cuando estén acitrionados agrega el jitomate molido con el chile ancho previamente remojado.
2. Cuando la salsa esté cocida, agrega el resto de los ingredientes, acompañados de la pechuga molida en la licuadora.
3. Deja un rato más en el fuego hasta que se forme una pasta. Reserva.
4. En cada hoja de maíz extiende un poco de masa de harina de arroz, en el centro coloca una porción del relleno y dobla las hojas como se muestra en la página 5.
5. Acomoda los tamales en una vaporera y ponlos a cocer durante hora y media. Retíralos del fuego déjalos reposar un poco antes de servir.

